FRANCE
& BELGIQUE

Commandes	du	mercredi	05/10	au	lundi	10/10/22
Livraisons	du	mardi	11/10	au	jeudi	13/10/22

Vive l'automne !

Le soleil a brillé pendant tout l'été, gorgeant les fruits d'énergie, les habillant de mille couleurs luxuriantes... Pour beaucoup, l'automne est le temps de la récolte et nos producteurs sont en pleine effervescence. Les noyers sont en effet chargés de noix, les vergers remplis de poires et de grenades, les vignes de raisin... C'est aussi le temps de la récolte des mangues d'Espagne, dont le prix et la saveur sont particulièrement alléchants. On cueille les dernières figues et bientôt ce sera au tour des kakis, des jujubes et des chirimoyas d'être mis à l'honneur.
Nous vous recommandons une de nos spécialités la datte Barhi fraîche, si fondante et irrésistible avec son divin goût de caramel tendre... pour laquelle il faudra patienter encore une semaine.
Un superbe festival de saveurs automnales !

Cadeau-surprise
offert dans toutes les commandes de
100 €* et plus
*hors frais de port

Commande par téléphone au **+33 (0)1 64 60 21 11** *(tous les jours de 18 à 22h - sauf le mardi)*,
courriel : **serviceclient@orkos.com** ou fax : **+33 (0)1 64 60 21 01**

En promotion cette semaine:

MANGUE KENT
D'ESPAGNE

Très charnue, juteuse et abricotée... un délice !

~~14,50 €/kg~~

- 28%
à partir de 12 kg : 10,40 €/kg

- 21%
à partir de 6 kg: 11,45 €/kg
- 11%
à partir de 3 kg: 12,90 €/kg

ANANAS CAYENNE
DU CAMEROUN

~~12,50 €/kg~~

Cueilli à pleine maturité pour une chair pleine de saveur !

- 20,5%
à partir de 4 kg : 9,90 €/kg

Fruit de la saison

16,30 €/kg

AVOCAT SAUVAGE D'ESPAGNE

Des avocats sauvages, tantôt ronds, tantôt allongés, à la peau verte, noire ou plus rarement rouge. Leur goût fin et légèrement sucré vous fera découvrir une infinité de nuances ! Le saviez-vous ? Lorsqu'ils sont bien mûrs, les avocats sauvages d'Espagne peuvent même être dégustés avec leur peau fine, qui relève agréablement le goût de la chair d'une nuance épicée.

9,50 €/kg

Grenade

Chaque année à cette période, elle nous régale.

6,90 €/kg

Orange Valencia Late

Particulièrement juteuse !

Fruits du pays

	Pays		Prix unit.
Châtaigne	Fra	S	13,65/kg
Chirimoya	Esp	P	11,75/kg
Figue CdD ½ tendre	Esp	P	16,75/kg
Figue de Barbarie	Esp	P	10,80/kg
Grenade	Esp	P	9,50/kg
Jujube	Esp	P	10,30/kg
Kiwi Gold	New	S	13,55/kg
Melon Piel de Sapo	Esp	P	7,20/kg
Poire Conférence	Fra	S	9,15/kg
Pomme Fuji	Esp	P	8,30/kg
Pomme Gala	Fra	S	7,90/kg
Pomme Juliet	Fra	S	7,65/kg
Pomme Pinova	Fra	S	8,10/kg
Rais. n. Muscat Hbrg	Fra	S	10,10/kg
Raisin bl. Moscatel	Esp	P	9,45/kg

Disponibilité des variétés selon les récoltes.

7,20 €/kg

Melon Piel de Sapo

A maturité, savourez sa chair aux nuances de miels.

10,30 €/kg

Jujube

Quand elle est bien mûre, sa saveur rappelle la datte.

Agrumes

	Pays		Prix unit.
Citron	Esp	P	7,30/kg
Orange Valencia Late	Esp	P	6,90/kg

Légumes

	Pays		Prix unit.
Ail	Fra	S	14,10/kg
Bengkoang	Tha	P	17,60/kg
Carotte	Ita	S	6,40/kg
Concombre long lisse	Esp	S	8,05/kg
Curcuma	Per	S	13,90/kg
Fenouil	Fra	S	8,75/kg
Gingembre	Per	S	10,90/kg
Kiwano	Esp	P	9,30/kg
Oignon jaune	Pay	S	6,40/kg
Patate douce rose	Esp	P	7,55/kg
Persil racine	Fra	S	8,45/kg
Poivron rouge	Esp	P	10,15/kg
Pomme de terre	Fra	S	5,90/kg
Tamarillo orange	Esp	P	12,85/kg
Topinambour	Fra	S	7,70/kg
Yacon	Tha	P	16,05/kg

Tomates

	Pays		Prix unit.
Tomate Cerise grappe	Esp	S	10,15/kg
Tomate ronde	Fra	S	7,55/kg

Choux

	Pays		Prix unit.
Chou-rave vert	Fra	S	2,65/p.

Baisses

Chirimoya	~~12,90 €/kg~~	11,75 €/kg	-8,9%
Concombre long lisse	~~8,75 €/kg~~	8,05 €/kg	-8,0%
Mangue Hayden	~~11,70 €/kg~~	10,95 €/kg	-6,4%
Grenade	~~10,15 €/kg~~	9,50 €/kg	-6,4%
Gingembre	~~11,55 €/kg~~	10,90 €/kg	-5,6%

Algues fraîches

	Pays		Prix unit.
A.fr.Ramallo bq.250g	Esp	P	8,60/p.

6,10 €/kg

Céleri-branche

Saveur agréablement relevée.

8,60 €/250g

Algue Ramallo fraîche

Un vrai légume très sain et nutritif.

14,75 €/kg

Cabosse de cacao

Le chocolat à l'état brut.

20,55 €/kg

Safou

A faire mûrir dans un sac en plastique avec un peu d'humidité.

12,45 €/kg

Banane Rose

La banane exotique par excellence !

Fruits exotiques

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Ananas Cayenne	Cam	P	12,50/kg	11,88/kg dès 6kg
Ananas Que. Victoria	Tha	P	18,20/kg	17,29/kg dès 6kg
Avocat Hass	Esp	P	14,75/kg	14,01/kg dès 4kg
Avocat Insana	Esp	P	13,85/kg	13,16/kg dès 4kg
Avocat sauvage	Esp	P	16,30/kg	15,49/kg dès 4kg
Banane Canaries	Esp	P	12,35/kg	11,73/kg dès 5kg
Banane Figue	Cam	P	12,25/kg	11,64/kg dès 4kg
Banane Figue-Pomme	Cam	P	12,25/kg	11,64/kg dès 4kg
Banane Plantain	Cam	P	11,90/kg	11,31/kg dès 4kg
Banane Poyo	Rep	S	7,70/kg	
Banane Rose	Cam	P	12,45/kg	11,83/kg dès 4kg
Cabosse de cacao	Cam	P	14,75/kg	14,01/kg dès 2kg
Cempedak de forêt	Cam	P	21,30/kg	20,24/kg dès 4kg
Chirimoya	Esp	P	11,75/kg	11,16/kg dès 4kg
Coco germé	Ind	P	25,30/kg	24,04/kg dès 3kg
Coco Pagode Light	Tha	P	19,45/kg	18,48/kg dès 4kg
Coco sec	Cam	P	12,30/kg	11,69/kg dès 4kg
Drupe de palmier	Cam	P	16,70/kg	15,87/kg dès 1kg
Fruit dragon blanc	Tha	P	21,15/kg	20,09/kg dès 3kg
Fruit du dragon rge	Esp	P	19,10/kg	18,15/kg dès 3kg
Mangue Ataulfo	Esp	P	15,95/kg	15,15/kg dès 4kg
Mangue Ataulfo mini	Esp	P	14,95/kg	14,20/kg dès 4kg
Mangue Espada	Esp	P	11,85/kg	11,26/kg dès 4kg
Mangue Glen	Esp	P	11,65/kg	11,07/kg dès 4kg
Mangue Hayden	Esp	P	10,95/kg	10,40/kg dès 4kg
Mangue Irwin	Esp	P	14,90/kg	14,16/kg dès 4kg
Mangue Kensington	Esp	P	12,95/kg	12,30/kg dès 4kg
Mangue Kent	Esp	P	14,50/kg	13,78/kg dès 4kg
Mangue Lippens	Esp	P	11,50/kg	10,93/kg dès 4kg
Mangue Osteen	Esp	P	12,75/kg	12,11/kg dès 4kg
Mangue Ott	Esp	P	10,40/kg	9,88/kg dès 4kg
Mangue Tommy Atkins	Esp	P	11,60/kg	11,02/kg dès 4kg
Mangue Zill	Esp	P	11,75/kg	11,16/kg dès 4kg
Maracuja	Cam	P	19,30/kg	18,34/kg dès 3kg
Maracuja violet	Esp	P	17,75/kg	16,86/kg dès 3kg
Papaye Espagne	Esp	P	12,45/kg	11,83/kg dès 4kg
Rollinia	Cam	P	17,10/kg	16,25/kg dès 3kg
Safou	Cam	P	20,55/kg	19,52/kg dès 3kg
Sève de Palmier450ml	Tha	P	12,30/p.	11,69/p. dès 4p.
Tamarillo orange	Esp	P	12,85/kg	12,21/kg dès 2kg

Plantes digestives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Caroube 250g	Esp	P	3,40/p.	3,23/p. dès 12p.
Casse Fistu.déc 220g	Ind	P	11,00/p.	10,45/p. dès 10p.
Casse Javan.déc.220g	Ind	P	11,00/p.	10,45/p. dès 10p.
Tamarin acidulé	Per	P	18,25/kg	17,34/kg dès 2kg
Tamarin doux 1kg	Tha	P	24,50/kg	23,28/kg dès 3kg

17,10 €/kg

Rollinia

Généreux cousin du chirimoya à la saveur fantastique !

19,30 €/kg

Maracuja jaune

Le grand cousin jaune du fruit de la passion.

19,45 €/kg

Noix de coco Pagode

La noix de coco dans sa jeunesse, pleine de jus et à la chair fine et tendre.

Informations générales sur ce catalogue

Les articles de ce catalogue sont soumis aux conditions de vente d'Orkos (disponible par courriel, fax ou courrier sur simple demande). Les prix sont indiqués en euros, transport non compris. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.

La savoureuse diversité espagnole !

12,45 €/kg

Papaye d'Espagne

Évoque un coulis d'abricot et de fruits rouges.

19,10 €/kg

Fruit du dragon rouge

Fondant comme un sorbet...

11,75 €/kg

Chirimoya

Un vrai yaourt aux fruits nature !

16,75 €/kg

Figue ½ tendre Col de Dame

Chair encore tendre, saveur merveilleusement concentrée !

10,80 €/kg

Figue de Barbarie

Ce fruit du cactus a une chair désaltérante au goût fleuri.

10,95 €/kg

Mangue Hayden

Une mangue aux couleurs flamboyantes et à la saveur fruitée.

Noix du Brésil décortiquée

10,50 €/250g

Une saveur riche aux nuances de noix de coco…

Oléagineux

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Amande Desmayo	Esp	P	10,25/kg	9,74/kg dès 5kg
Amande Ferraduel	Esp	P	10,50/kg	9,98/kg dès 5kg
Amande Marcona	Esp	P	9,75/kg	9,26/kg dès 5kg
Arachide sèche coque	Ira	P	18,70/kg	17,77/kg dès 5kg
Macadamia coque	Mex	P	18,00/kg	17,10/kg dès 5kg
Noisette en coque	Cat	P	12,75/kg	12,11/kg dès 5kg
Noix en coque	Esp	P	13,50/kg	12,83/kg dès 5kg
Pécan en coque	Esp	P	19,20/kg	18,24/kg dès 5kg
Pistache en coque	Esp	P	27,25/kg	25,89/kg dès 5kg
Testset oléagineux	Fra	P	24,75/p.	

Oléagineux décortiqués

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Am. déc. Tuono 500g	Ita	P	15,20/p.	14,44/p.	dès 4p.
Amandon décort 500g	Ira	P	13,10/p.	12,45/p.	dès 4p.
Arachide déc. 500g	Ira	P	9,15/p.	8,69/p.	dès 6p.
Cajou avec peau 500g	Ind	P	21,30/p.	20,24/p.	dès 4p.
Cajou mondée 500g	Ind	P	22,00/p.	20,90/p.	dès 4p.
Graine de crge. 250g	Ira	P	7,15/p.	6,79/p.	dès 6p.
Kénari décort 250g	Ind	P	11,50/p.	10,93/p.	dès 8p.
Macadamia déc. 250g	Mex	P	12,25/p.	11,64/p.	dès 6p.
N.Brésil décort.250g	Per	P	10,50/p.	9,98/p.	dès 8p.
Noisette décort 500g	Cat	P	12,25/p.	11,64/p.	dès 4p.
Pignon de cèdre 250g	Rus	P	14,60/p.	13,87/p.	dès 4p.
Pistache décort 500g	Esp	P	27,00/p.	25,65/p.	dès 4p.
Tournesol déc. 500g	Esp	S	5,25/p.	4,99/p.	dès 6p.

Graines

	Pays		Prix unit.
Gr. de Chanvre 250g	Fra	P	5,05/p.
Graine de Chia 250g	Arg	P	8,60/p.
Graine de crge. 250g	Ira	P	7,15/p.
Lentille verte 500g	Fra	P	6,00/p.
Pois chiche 500g	Esp	P	4,80/p.
Sésame 500g	Eth	P	5,85/p.
Sésame brun 500g	Ira	P	7,75/p.
Tournesol déc. 500g	Esp	S	5,25/p.

Algues séchées

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Dulse sèche 100g	Fra	P	9,45/p.	8,98/p. dès 10p.
Kombu roy. sèche100g	Fra	P	10,55/p.	10,02/p. dès 10p.
Spaghetti mer 100g	Fra	P	8,55/p.	8,12/p. dès 10p.
Wakame sèche 100g	Fra	P	11,80/p.	11,21/p. dès 10p.

Olives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Olive d'Espagne 400g	Esp	P	16,10/p.	15,30/p.	dès 6p.
Olive Esp. mûre 400g	Esp	P	19,85/p.	18,86/p.	dès 6p.

Testsets et packs

	Pays		Prix unit.
Pack Découverte 3kg	Fra	P	38,45/p.
Pack Découverte 6kg	Fra	P	76,80/p.
Pack mangues	Fra	P	10,95/kg
Pack Tropical 4kg	Fra	P	45,70/p.
Pack Tropical 8kg	Fra	P	96,70/p.
Testset dattes	Fra	P	24,75/p.
Testset fruits secs	Fra	P	26,30/p.
Testset oléagineux	Fra	P	24,75/p.

Les vertus de la graine de courge

Originaire des Amériques du Nord et du Sud, la citrouille aurait été domestiquée au Mexique il y a 8 000 ans à 10 000 ans. Pour la petite histoire, il faut savoir que jusqu'en 1936, la pharmacopée des États-Unis reconnaissait l'usage des graines de citrouille contre les parasites du système digestif.

Avec leurs nombreux nutriments et vitamines, leurs protéines, leurs minéraux, les graines de courge sont de véritables bombes nutritionnelles miniatures.

Nos graines de courges sont tirées d'une variété de courge aux graines particulièrement abondantes, charnues et de peau fine. Un oléagineux savoureux qui mériterait d'être plus connu !

21,80 €/kg

Datte Mabroom

Cette datte à la consistance de bonbons a une saveur intense et agréable rappelant le caramel.

Produits de la ruche

	Pays		Prix unit.
Gelée royale 25g	Esp	P	17,20/p.
Propolis brute 15g	Esp	P	10,05/p.

Pollen

	Pays		Prix unit.
Pollen Espagne 225g	Esp	P	11,95/p.
Pollen Espagne 450g	Esp	P	23,90/p.

Miels en rayon

	Pays		Prix unit.
Bruyère rayon 250g	Esp	P	6,90/p.
Chêne rayon 250g	Esp	P	8,00/p.
Oranger rayon 250g	Esp	P	7,10/p.
Pain d'abeille 250g	Esp	P	9,40/p.
Romarin rayon 250g	Esp	P	7,80/p.
Thym rayon 250g	Esp	P	7,25/p.

Autres

	Pays	Prix unit.
Casse-noix cube	Fra	21,40/p.
Ouvre-huître	Fra	4,65/p.

Soins pour la peau

	Pays		Prix unit.
Aloe Vera feuille	Esp	P	10,05/kg
Argile v.Illite 300g	Fra	P	5,75/p.
Ghassoul 1kg	Mar		9,05/kg
Ghassoul poudre 500g	Mar		5,90/p.
Tube arg.Illite 150g	Fra		4,15/p.
Tube arg.Illite 400g	Fra		10,85/p.

11,20 €/500g

Miel de bruyère

Souvent utilisé dans la préparation du pain d'épices auquel il donne une saveur caractéristique.

7,20 €/250g

Banane Gros-Michel séchée

Une banane séchée à l'arôme particulièrement intense.

Fruits secs

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Ananas séché 250g	Cam	P	9,50/p.	9,03/p.	dès 6p.
Baie de goji 250g	Chi	P	13,60/p.	12,92/p.	dès 8p.
Banane G.Michel 250g	Cam	P	7,20/p.	6,84/p.	dès 8p.
Banane Plantain 250g	Cam	P	7,10/p.	6,75/p.	dès 8p.
Cacao entier 200g	Cam	P	7,15/p.	6,79/p.	dès 8p.
Cacao sec pulpe 200g	Cam	P	6,80/p.	6,46/p.	dès 5p.
Caroube 250g	Esp	P	3,40/p.	3,23/p.	dès 12p.
Coco jeune séch.100g	Tha	P	5,20/p.	4,94/p.	dès 10p.
Figue bl.Col Dame ½k	Esp	P	7,00/p.	6,65/p.	dès 10p.
Figue CdD Noire 500g	Esp	P	6,85/p.	6,51/p.	dès 10p.
Figue de miel ½kg	Esp	P	6,90/p.	6,56/p.	dès 10p.
Figue persane 500g	Ira	P	11,70/p.	11,12/p.	dès 10p.
Fr.Dragon rouge 100g	Tha	P	4,50/p.	4,28/p.	dès 10p.
Jaque séché 100g	Cam	P	4,65/p.	4,42/p.	dès 4p.
Jujube sèche 225g	Esp	P	8,85/p.	8,41/p.	dès 5p.
Longane sec 100g	Tha	P	4,75/p.	4,51/p.	dès 6p.
Mangue Emeraude 250g	Cam	P	11,30/p.	10,74/p.	dès 8p.
Mûre blanche 250g	Ira	P	8,15/p.	7,74/p.	dès 10p.
Papaye Solo 250g	Cam	P	9,70/p.	9,22/p.	dès 4p.
Pêche séchée 250g	Ira	P	5,85/p.	5,56/p.	dès 8p.
Physalis séché 250g	Per	P	12,55/p.	11,92/p.	dès 4p.
Raisin Moscatel 500g	Esp	P	8,95/p.	8,50/p.	dès 4p.
Raisin n. Shani 500g	Ira	P	10,00/p.	9,50/p.	dès 4p.
Tamarin acidulé	Per	P	18,25/kg	17,34/kg	dès 2kg
Tamarin doux 1kg	Tha	P	24,50/kg	23,28/kg	dès 3kg
Testset fruits secs	Fra	P	26,30/p.		
Tomate séchée 250g	Esp	P	10,90/p.	10,36/p.	dès 4p.

4,50 €/100g

Fruit du dragon rouge séché

Tendre et croustillant à la fois…

Miels en pot

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Amandier liquide	Esp	P	11,05/p.	10,50/p.	dès 6p.
Bruyère	Esp	P	11,20/p.	10,64/p.	dès 6p.
Chêne liquide	Esp	P	11,40/p.	10,83/p.	dès 6p.
Citronnier	Esp	P	11,00/p.	10,45/p.	dès 6p.
Forêt liquide	Esp	P	11,00/p.	10,45/p.	dès 6p.
Lavande liquide	Esp	P	11,00/p.	10,45/p.	dès 6p.
Montagne liquide	Esp	P	11,00/p.	10,45/p.	dès 6p.
Néflier	Esp	P	11,15/p.	10,59/p.	dès 6p.
Oranger	Esp	P	11,25/p.	10,69/p.	dès 6p.
Romarin	Esp	P	11,05/p.	10,50/p.	dès 6p.
Thym liquide	Esp	P	11,05/p.	10,50/p.	dès 6p.
Toutes fleurs	Esp	P	11,00/p.	10,45/p.	dès 6p.

Pots de 500 g.

Dattes

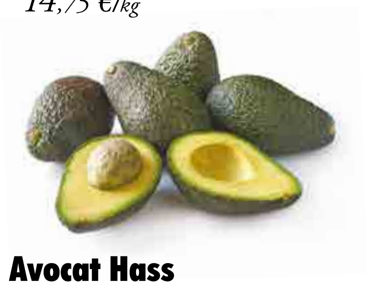
	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Barhi Iran 1kg	Ira	P	18,35/p.	17,43/p.	dès 5p.
Deglet-Nour sèche 1k	Ira	P	18,35/p.	17,43/p.	dès 5p.
Helali 1kg	Ira	P	23,75/p.	22,56/p.	dès 5p.
Helali tendre	Ira	P	25,30/kg	24,04/kg	dès 5kg
Khalasah 1kg	Ara	P	18,00/p.	17,10/p.	dès 5p.
Khasoui 1kg	Ira	P	18,55/p.	17,62/p.	dès 5p.
Mabroom 1kg	Ara	P	21,80/p.	20,71/p.	dès 5p.
Medjool cristal. 1kg	Cal	P	28,75/p.	27,31/p.	dès 5p.
Medjool rustique 1kg	Ira	P	20,85/p.	19,81/p.	dès 5p.
Mozafati tdre crist.	Ira	P	18,95/kg	18,00/kg	dès 5kg
Piarom 1kg	Ira	P	23,40/kg	22,23/kg	dès 5kg
Saffawi 1kg	Ara	P	22,30/p.	21,19/p.	dès 5p.
Sayer 1kg	Ira	P	19,00/p.	18,05/p.	dès 5p.
Segae 1kg	Ara	P	23,85/p.	22,66/p.	dès 5p.
Shahani 1kg	Ira	P	18,90/p.	17,96/p.	dès 5p.
Sukkari 1kg	Ara	P	20,95/p.	19,90/p.	dès 5p.
Sukkari tendre 1kg	Ara	P	20,50/p.	19,48/p.	dès 5p.
Testset dattes	Fra	P	24,75/p.		
Zahidi 1kg	Ira	P	17,60/p.	16,72/p.	dès 5p.

Quantité minimale : 1 kg

17,75 €/kg

Maracuja violet
Délicieusement acidulé.

14,75 €/kg



Avocat Hass
Un avocat à la chair merveilleusement beurrée.

Cameroun

12,25 €/kg

BANANE FIGUE ET FIGUE-POMME
La banane Figue a une chair un peu ferme tandis que la banane Figue-Pomme est plus crémeuse et plus citronnée.

1,67 €/100g

Drupe de palmier
Sa chair est orange vif et très beurrée.

15,95 €/kg

Mangue Ataulfo
Douce et peu fibreuse.

12,30 €/kg

Noix de coco sèche
La noix de coco à maturité, le jus se concentre, la chair devient ferme et croquante.

COMMANDES	LIVRAISONS FR	LIVRAISONS BE	BANQUE
Courriel : serviceclient@orkos.com **Tél. :** +33 (0)1 64 60 21 11 *(entre 18h et 22h)* **Fax :** +33 (0)1 64 60 21 01	Forfait GLS : **13,95 €** Forfait « express » TNT : **22,95 €**	Forfait DPD :**13,95 €**	**France:** Banque QONTO **IBAN:** FR76 1695 8000 0162 8545 2504 559 **BIC:** QNTOFRP1XXX **Belgique :** Crédit agricole **IBAN**: BE54 1030 2263 3097 **BIC:** NICABEBBXXX

P = ***Orkos-Prestige*** : toutes les garanties Orkos, contrôlées depuis le producteur jusqu'au consommateur.
S = ***Orkos-Sélection*** : produit sélectionné parmi les meilleurs du marché, selon les critères Orkos.
Les prix sont indiqués en euros, transport non compris. Conditions de vente par courriel, fax ou courrier sur simple demande. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.
Adresse : Orkos – 9, rue du Château – 77650 Soisy-Bouy, France.
Les produits suivants peuvent provoquer des allergies ou des intolérances : arachide, seigle, avoine, épeautre, amande, noisette, noix de pécan, macadamia, noix, noix de cajou, pistache, céleri branche et céleri rave, sésame et moutarde.